

13 Fragen an deinen zukünftigen Personal Trainer

1. Welche Grundausbildung hat der Personal Trainer?
2. Nimmt er an regelmäßigen Weiterbildungen teil?
3. Ist er nebenberuflich oder hauptberuflich tätig? (Engagement und Zeitfrage)
4. Hat er alle notwendigen Versicherungen (Minimum: Berufshaftpflicht, aktueller 1. Hilfe Schein)
5. Wie viele Kunden betreut er aktiv?
6. Hat er zu deinen Wunschzeiten noch Zeit für dich und darüber hinaus eine gewisse Flexibilität
7. Stimmt die gegenseitige Sympathie?
8. Kann man erkennen, dass der Trainer einen gesunden Lebensstil vorlebt? (Authentizität)
9. Falls es ein Probetraining gibt, wie läuft dieses ab (z.B. auslassendes Training ohne vorherige Abklärung individueller Besonderheiten = No-Go)
10. Verfügt er über positive Referenzen/Kundenstimmen?
11. Verfügt er über professionelles Equipment, das er zu dir nach Hause mitbringen kann bzw. mit dem in seinem Studio trainiert wird?
12. Erhältst du einen anschaulichen und gut nachvollziehbaren Trainingsplan? (lass dir ein Beispiel zeigen)
13. Wie hoch ist sein Stundenhonorar? Ist es gemessen an seiner Qualifikation, Referenzen, Standort gerechtfertigt? (Durchschnitt: ca. 100€)